9.047 Kuracie stehná pečené s plnkou - kalibrované
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
kuracie stehná kalibrovné	15,00	15,00	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00
maslo	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20
olej	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,70	0,70
mlieko	1,40	1,40	1,70	1,70	1,80	1,80	2,00	2,00
vajcia	14	0,70	16	0,80	20	1,00	24	1,20
petržlenová vňať	0,10	0,09	0,10	0,09	0,10	0,09	0,15	0,13
majorán	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
korenie grilovacie			0,03	0,03	0,03	0,03	0,05	0,05
soľ	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15	0,20	0,20
sendvič	2,00	2,00	3,00	3,00	3,50	3,50	4,00	4,00
múka hladká	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20
cibuľa	0,20	0,17	0,40	0,34	0,50	0,42	0,60	0,41
hmotnosť porcie v g	115		200		240		290	
hmotnosť mäsa s plnkou v g	95		160		190		220	
hmotnosť šťavy v g	20		40		50		70	

Receptúra

Výrobný postup

Kuracie stehná umyjeme, osušíme, osolíme, potrieme olejom, naplníme plnkou, vložíme do vymasteného pekáča, podlejeme vodou a prikryté pečieme. Pred dopečením odkryjeme. Upečené kuracie stehná vyberieme, šťavu zahustíme nasucho opraženou múkou a ešte 20 minút varíme.

Plnka: Žĺtky vymiešame s maslom, pridáme v mlieku namočený a vytlačený sendvič, soľ, mleté čierne korenie, umytú posekanú petržlenovú vňať, majorán, očistenú pokrájanú cibuľu a všetko dobre premiešame. Z bielkov vyšľaháme tuhý sneh, ktorý zľahka zamiešame do plnky. Plnku môžeme piecť v pekáči aj zvlášť.

Príloha: rôzne upravené zemiaky, dusená ryža, zeleninové šaláty, kompót.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1105	265	27,82	10,4	1,8	14,2	0,6	49,1	2,5	0,043	0,1	0,2	1,9	9,3

B	1452	348	35,08	13,4	2,5	20,7	0,9	60,7	3,1	0,051	0,1	0,3	2,1	11,7
C	1722	413	41,01	16,3	3,1	24,4	1,1	70,6	3,9	0,061	0,2	0,4	2,2	13,7
D	2145	515	52,07	20,8	4,3	28,2	1,3	85,2	4,8	0,074	0,2	0,4	3,0	17,5